



Centrum Aktywności Seniorów – CAS SALWATOR

ul. Morawskiego 5/416 Budynek BIPROCEMWAP

Kontakt: tel. 797 377 808

e-mail: biuro@faes.org.pl

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	16:00 do 20:00
wtorek	16:00 do 20:00
środa	14:30 do 18:30
czwartek	16:00 do 20:00
piątek	14:00 do 18:00

OBOWIĄZUJE OD 12.04.2024 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ – KWIECIEŃ 2024 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
Poniedziałek	16:30-17:30	Smartfon bez tajemnic - warsztaty z obsługi smartfona	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
Wtorek	9:45-10:45	Gimnastyka w wodzie	Obowiązkowe zapisy: Miejsce: Ul. Ludwinowska 11, poziom -1 Zajęcia w dniu 9.04.2024, 23.04.2024
	16:15-18:00	Trening Umysłu - umysł w dobrej formie	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808

Środa	13:00-14:30	Chodźże potańczyć! Taniec towarzyski dla seniorów grupa początkująca +	Krasińskiego 10 /Sala taneczna zapisy: 797 377 808
	14:30-15:30	Kawiarenka	lokal CAS SALWATOR
	15:30 - 17:00	Tańcz w dobrym stylu Taniec solo i w parach - grupa początkująca	Krasińskiego 10 /Sala taneczna zapisy: 797 377 808
	17:00 – 18:30	Kawiarenka	lokal CAS SALWATOR
Czwartek	12:00 - 13:00	Akademia Nordic Walking Chodź z Nami!	spotkanie o godz. 11:50 w CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	16:00 - 18:00	Kinowe popołudnie - zajęcia dla kinomanów	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
Piątek	11:30-12:30	Pilates dla początkujących Świadoma praca z ciałem	Krasińskiego 10/Sala taneczna zapisy: 797 377 808
	14:15 - 15:15	Rozwiń z Nami swój język! - zajęcia z j. angielskiego dla seniorów	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	16:00 – 17:00	Sekrety fotografii cyfrowej – kompleksowe warsztaty dla seniorów	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808 05.04.2024 – zajęcia odwołane 12.04.2024 - Zajęcia plenerowe od 16:00 - 18:00 - spotkanie pod pomnikiem A.Mickiewicza

Zajęcia dodatkowe w kwiecień 2024 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
05.04.2024	11:30 – 20:00	KobiocyTON	Nowohuckie Centrum Kultury Zapisy: app.evene.pl/event/kobiocyton
13.04.2024	16:30-19:30	Potańcówka Piracko – Hawajska	Hala Sportowa SP 89 Os. Piastów 34 A, Kraków Zapisy CAS Salwator
26.04.2024	11:00-12:30	Złote Runo-Sztuka Gruzji – zwiedzanie wystawy w MNK	Zapisy CAS Salwator
04.04.2024 11.04.2024 18.04.2024 25.04.2024	18:00 – 20:00	Spotkanie wolontariuszy	Lokal CAS SALWATOR

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.